

ИЗУЧЕНИЕ ФАКТОРОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТЕХНИЧЕСКИХ ПРИЕМОВ В ВОЛЕЙБОЛЕ

Дударева Л.А., Теплова Л.Г.

Филиал Поволжской государственной академии
физической культуры, спорта и туризма,
Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

Многими авторами подчеркивается сложная структура технических действий в волейболе. Мастерство волейболиста связано с быстротой и точностью выполнения приемов техники. На скорость и точность оказывает влияние не только сама техника (способ), но процесс организации движения. Совершенствование технического мастерства волейболиста непосредственно связано со становлением быстроты и точности двигательных действий. В связи с этим, считается методически целесообразным сосредотачивать усилия на наиболее важных движениях и наиболее выгодных способах быстрого их выполнения.

Основными видами двигательных актов волейболистов являются быстрые перемещения, прыжки, падения, выполнение которых связано с определенным риском и требует от игроков смелости и самообладания. Все двигательные действия характеризуются большой вариабельностью, изменчивостью. Сложность игровых действий заключается в том, что этот арсенал технических приемов приходится применять в различных сочетаниях и условиях, которые требуют быстрого переключения с одних форм движений на другие, совершенно иные по ритму, скорости и характеру.

Актуальная проблема подготовки юных волейболистов – повышение эффективности соревновательных действий на основе развития быстроты и точности выполнения технико-тактических приемов. Выполнение технических приемов требует максимального проявления точности пространственных, временных и силовых параметров. Целесообразное сочетание их – источник своевременной точности, гарантирующий высокую эффективность в соревновательных действиях волейболистов.

Большинство тренеров признают необходимость целенаправленного развития координационных способностей, в том числе точности двигательных действий, начиная с первых шагов в волейболе. Однако не всегда развитию этого качества отводится достаточно внимание на тренировочных занятиях, что не позволяет волейболисту раскрыть все потенциальные возможности в соревновательной деятельности, что и обуславливает актуальность темы исследования.

Цель исследования – экспериментально обосновать применение комплексов упражнений для воспитания специальной ловкости волейболистов 13-14 лет.

Учитывая полученные данные, на первом этапе работы, для изучения уровня подготовленности юных волейболистов в целевой точности в сочетании с быстротой был разработан набор тестов, позволяющий исследовать сочетание быстроты и целевой точности и координационные способности в сочетании с тактическим мышлением.

Математическая обработка результатов проведенного исследования исходного уровня двигательных способностей юных волейболистов показывает, что к началу эксперимента достоверных различий между показателями тестирования в контрольной и экспериментальной группах не выявлено.

Результаты, полученные в постэкспериментальный период позволили нам определить, что применение в учебно-тренировочном процессе юных во-

лейболистов экспериментальной группы комплексов упражнений направленных на воспитание специальной ловкости положительно повлияло на точность и быстроту выполнения контрольных испытаний, которые основывались на технико-тактических действиях волейбола.

Таким образом, мы выяснили, что способность выполнять двигательные действия соразмеряя их во времени, в пространстве и по усилию зависит от уровня координационных способностей, от которых в свою очередь зависят быстрота, точность и своевременность выполнения технико-тактического действия. Развитие скоростно-точных качеств у юных волейболистов в немалой степени зависит от возрастных особенностей восприимчивости к овладению соответствующими навыками. Данные о возрастной динамике показателей быстроты и точности (в сочетании) при выполнении технических приемов, а также данные о влиянии на эти показатели возраста и занятий волейболом, позволяют выделить период с 11 до 15 лет, как наиболее благоприятный. Ссылаясь на вышеизложенное можно говорить о том, что возраст наших испытуемых (13-14 лет) является критическим периодом высокой чувствительности для воспитания точности в быстроте, что в какой-то мере оправдывает достаточно высокие показатели контрольных испытаний, как в экспериментальной, так и контрольной группах.

Также, если рассматривать целевую точность с общепсихологических позиций адаптации организма, можно предположить, что данное свойство сенсомоторики, также как и другие свойства и качества человеческой деятельности, подвержено приспособительным изменениям к действию условий эндогенного и экзогенного порядка. Существует тесная связь целевой точности с уровнем спортивной квалификации и опытом участия в ответственных соревнованиях, что возможно также повлияло на результат эксперимента.

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОЙ МОТИВАЦИИ У ДЕТЕЙ К ЗАНЯТИЯМ ВОЛЕЙБОЛОМ

Журомская Д.С., Кузьмин Е.Б.

Филиал Поволжской государственной академии
физической культуры, спорта и туризма,
Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

Мотивация занимает ведущее место в структуре личности, пронизывая все ее структурные образования: направленность личности, характер, эмоции, способности, психические процессы. Мотивация поведения невозможна вне пределов *эмоциональной сферы* (Асеев В.Г., 1976). Эмоции ориентируют человека, указывая на значимость окружающего для человека, на степень их важности, на их модальность. Степень значимости указывает на допустимый уровень материальных и функционально-энергетических затрат необходимых для реализации побуждений.

Мотивация поведения личности, с одной стороны, обусловлена мотивами человека, с другой, определяется психическим отражением конкретных исторических условий жизни человека. Поэтому она в отличие от мотивов, которые отличаются устойчивостью, представляет динамический компонент мотивационной сферы, изменяющийся по направленности (качественный аспект) и степени выраженности (количественный аспект).

Мотивация рассматривается как *психическое состояние*, формирующееся в результате соотношения человеком своих потребностей и возможностей с осо-